5.077 Polievka rassolník
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
bravčové pliecko	1,80	1,80	2,00	2,00	2,20	2,20	2,50	2,50
mrkva	1,00	0,80	1,20	0,96	1,50	1,20	1,80	1,44
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
kaleráb	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
cibuľa	0,50	0,42	0,50	0,42	0,70	0,59	1,00	0,85
maslo	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
soľ	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
uhorky sterilizované b. n.	0,60	0,54	0,70	0,63	0,80	0,72	0,90	0,81
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
zemiaky	2,00	1,40	3,00	2,10	4,00	2,80	5,00	3,50
petržlenová vňať čerstvá	0,05	0,03	0,05	0,03	0,05	0,03	0,10	0,07
smotana	0,50	0,50	0,60	0,60	0,80	0,80	0,80	0,80
kôpor čerstvý	0,15	0,11	0,20	0,15	0,20	0,15	0,20	0,15
bobkový list	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
korenie celé			0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	11		12		14		15	

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku, osušíme, pokrájame na kocky, dáme variť do osolenej vody, do ktorej pridáme cibuľu, bobkový list a celé korenie. Keď je mäso polomäkké, pridáme umytú, očistenú, na rezance nakrájanú zeleninu, umyté, očistené na kocky nakrájané zemiaky, na kocky nakrájané uhorky, zalejeme nálevom z uhoriek a varíme do zmäknutia zemiakov. Nakoniec pridáme rozšľahanú smotanu s múkou, zjemníme maslom, pridáme umytý posekaný kôpor a varíme 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	379	91	3,87	5,1	0,0	6,7	1,4	38,5	0,9	0,190	0,1	0,1	9,2	0,0
B	444	107	4,44	5,6	0,0	8,8	1,8	44,1	1,0	0,226	0,1	0,1	10,9	0,0

C	555	133	5,12	7,0	0,0	11,1	2,3	55,4	1,3	0,283	0,1	0,1	14,3	0,0
D	667	160	5,97	8,3	0,0	13,8	2,9	66,6	1,6	0,344	0,1	0,1	18,4	0,0